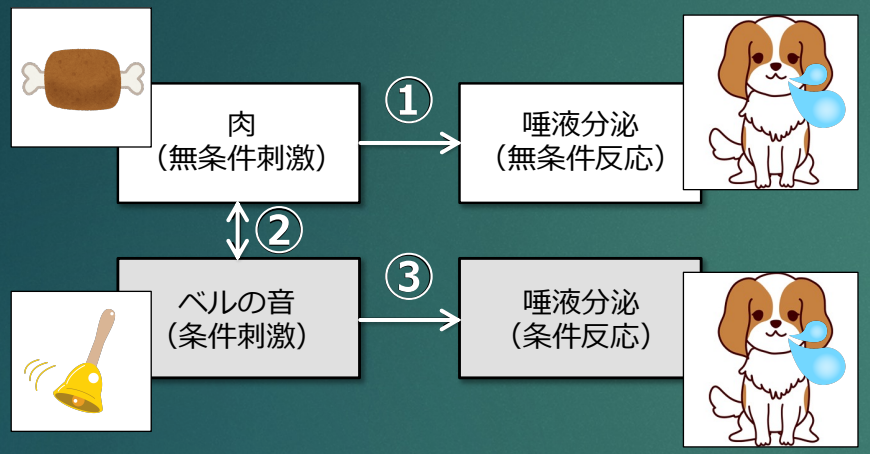
ニコチンフリーの電子タバコを用いた節煙プログラムの開発

古典的条件づけに注目して (Fukuda, 2021, *Learning and Motivation*)

古典的条件づけとは？



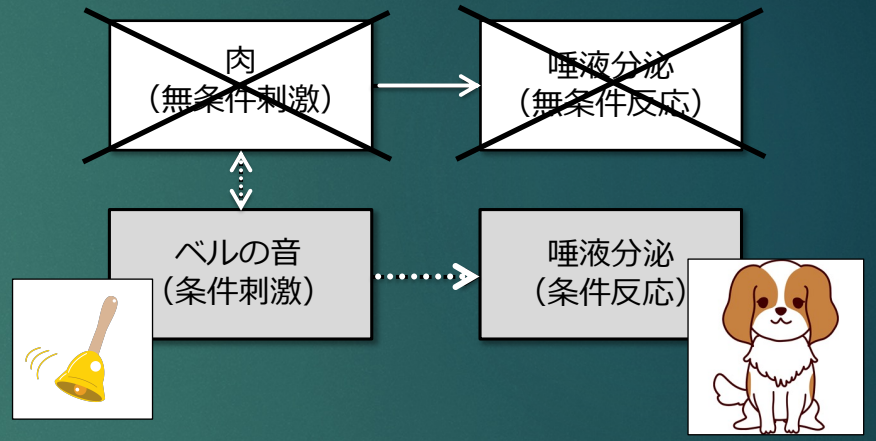
① 犬が肉を見ると唾液が分泌される
（これは生まれつきの反応）

② 肉を与える際にベルの音を鳴らす

③ そのような経験を繰り返すと、肉が無い状況でもベルの音が鳴ると唾液が分泌される
… **条件反応**

→ **古典的条件づけ（パブロフ型条件づけ）**

条件反応を消去するには？



- 肉は与えずにベルの音だけを鳴らす
- そのような経験を繰り返すと、
ベルの音が鳴っても唾液が分泌されなくなる
… **条件反応の消去**

→ **減らしたい行動を減らせる可能性**

研究のアイデア

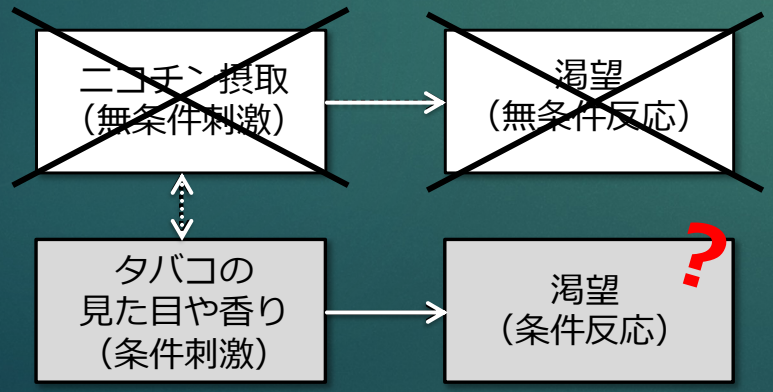
消去の手続きを用いて

タバコの摂取本数の減少を目指す

具体的には…

ニコチンフリーの電子タバコを何度も摂取させる

→ ニコチンは与えられないが、かつてニコチンと共にあった刺激（タバコの見た目や香り）を与え続けられることにより、ニコチン渇望の**消去**が起こると予測



研究の成果

実験１

喫煙年数１年以内の禁煙を希望する成人大学生６名

→ 参加者の半数が実験終了３か月後も喫煙率を低く維持

実験２

喫煙年数10年以上の禁煙を希望する成人１名

→ 実験前に見られた一日15本以上の喫煙が10本以下に減少

本研究は公益財団法人たばこ総合研究センターの助成を受けた（No. 2019-04）

研究の詳細：https://doi.org/10.1016/j.lmot.2021.101766